

СПЕЦИФІКА КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ТА ЇХ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЗІ СКЛАДОВИМИ СИСТЕМОКОМПЛЕКСУ РЕФЛЕКСИВНОСТІ КУРСАНТІВ ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ В УМОВАХ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ

УДК: 159.938.363.6:377.35

Клименко І. В.

*Кандидат психологічних наук, т.в.о. начальника
Департаменту кадрового забезпечення Націона-
льної поліції України, м. Київ (Україна)*

Анотація. У статті аналізується специфіка когнітивно-поведінкових копінг-стратегій курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ. Досліджено взаємозв'язки копінг-стратегій із складовими рефлексивності курсантів які навчаються в умовах психологічного супроводу. Мета психологічного супроводу курсантів в умовах навчання - повноцінна реалізація професійного потенціалу особистості курсанта і формування стійкості до несприятливих впливів професійного середовища. В результаті дослідження були визначені відмінності в групах досліджуваних курсантів в залежності від того проходять вони навчання в умовах психологічного супроводу чи ні.

Ключові слова: рефлексивність, копінг-поведінка, копінг-стратегії, курсанти, ретроспективна рефлексія, рефлексія теперішнього, рефлексія майбутнього, рефлексія спілкування, психологічний супровід.

Постановка проблеми. Копінг-стратегії – це дії, що дозволяють людині долати складну життєву ситуацію на основі актуалізації її особистісних ресурсів та урахування умов і середовища, в якому відбувається ця ситуація.

Як зазначають С. В. Фролова та Т. В. Сеніна, копінг – це когнітивні, емоційні та поведінкові спроби подолання специфічних зовнішніх та/або внутрішніх вимог, що постійно змінюються й оцінюються як напруга

або перевищують ресурси людини щодо їх подолання. Це форма поведінки, що виявляється у готовності індивіда до розв'язання будь-яких життєвих проблем, ситуацій, завдань. Вона відображає спрямованість особистості на пристосування до обставин [7, с. 72]. Психологічне значення копіngu, констатує Є. П. Ільїн, полягає в тому, щоб якомога краще адаптувати людину до вимог ситуації, дозволяючи їй оволодіти нею, послабити або пом'якшити ці вимоги, намагатися уникнути або

звикнути до них і таким чином погасити стресову дію ситуації [2].

Як підкреслює Д. Д. Отич, кожна стратегія психологічного подолання є специфічною, визначається суб'єктивним значенням ситуації, що переживається людиною, та відповідає переважно одному із завдань – вирішенню реальної проблеми чи її емоційному переживанню, коригуванню самооцінки чи регулюванню стосунків з людьми [5, с. 154-150].

За визначенням С. К. Нартової-Бочавер, копінг – індивідуальний спосіб взаємодії з ситуацією у відповідності з її особистісною логікою, значимістю в житті людини та її психологічними можливостями [4, с. 21]. Копінг реалізується на базі копінг-ресурсів за допомогою копінг-стратегій. Копінг-ресурси – це набір характеристик особистості та соціального середовища, що дозволяють здійснювати оптимальну адаптацію до стресових ситуацій. Копінг-стратегії (стилі подолання) – актуальні відповіді особистості на загрозу. Стил копінг-поведінки є досить стійкою особистісною характеристикою. Психологічне значення копіngu полягає в тому, щоб ефектніше адаптувати людину до вимог складної життєвої ситуації, дозволяючи їй оволодіти нею, ослабити чи пом'якшити ці вимоги. Основне завдання копіngu – забезпечення та підтримка зовнішнього та внутрішнього благополуччя особистості. Для цього необхідне усвідомлення ситуації та способів ефективної вза-

ємодії з нею, а також вміння вчасно їх застосовувати у поведінці.

Головною відмінною ознакою долаючої поведінки виступають її суб'єктивні характеристики. Є. А. Сергієнко справедливо відмічає, що дослідження суб'єкта відкриває можливість вивчати поведінку, діяльність, як опосередковані внутрішнім світом людини, її суб'єктивними виборами і активною побудовою моделі оточуючого світу [6, с. 64-66].

До критеріїв подолання як поведінки суб'єкта належить, перш за все, усвідомленість (відмінність від реактивної та захисної поведінки). Поняття вибору людиною способу дій в ситуації стресу виступає першочерговим для розуміння усвідомленості копінг поведінки. До інших критеріїв подолання відносять: цілеспрямованість; контрольованість (можливість побороти, перетворити або адаптуватися до складної ситуації); нерозривний зв'язок зі стресовою ситуацією і спрямованість на неї – адекватність ситуації і моменту часу (своєчасність); регуляція рівня стресу; значимість наслідків вибору даної поведінки для психологічного благополуччя суб'єкта; соціально-психологічна обумовленість подолання (приналежність як до індивідуального, так і групового суб'єкта); можливість навчання даній поведінці, підготовки перед життєвими труднощами

Крюкова Т. Л., Сапоровская М. В., Є. В. Куфтяк [3] визначають копінг поведінку як усвідомлену цілеспрямовану поведінку суб'єк-

та з подолання проблемної ситуації, в ході якого він застосовує способи і стратегії адекватні його ресурсів і ситуації подолання. Структура копінг-поведінки представлена трьома етапами (первинної, вторинної оцінки та прийняттям рішення) і здійснюється за рахунок усвідомленого використання ресурсів особистості і середовища. У структурі копінг поведінки етап прийняття рішення про вибір стратегії включає рефлексивне оцінювання. Рефлексія виконує інтегративну роль у прийнятті рішення в ситуації вибору.

Бехтер А. О. характеризує копінг поведінку особистості як процес усвідомленого застосування конкретної стратегії, що вимагає від індивіда попередньої для цього «розумової» підготовки, яка забезпечується рефлексією. Етапи копінг поведінки забезпечуються когнітивними й рефлексивними процесами і є аналогічними моделям будь-якої діяльності (або прийняття рішення). Індивідуальна міра вираженості рефлексивності як властивості здійснює вплив на структуру і процес копінг поведінки [1]. Оскільки феномен рефлексивності уявляє собою систему різних якісних проявів рефлексивності, дослідження різних її аспектів у контексті копінг поведінки ми вважаємо доцільним та актуальним.

Рефлексивність особистості – це здатність особистості до спрямування власної діяльності на саму себе, власні особливості, тобто рефлексивність забезпечує особистості мо-

жливість самоконструювання, саморозвитку, самоідентифікації, але необхідно розуміти, що вона може мати не лише конструктивний, а й деструктивний характер, наприклад коли у процесі саморозвитку особистість викорінює особливості, які заважають успішності її діяльності. Розглядаючи копінг поведінку в рамках суб'єктно-діяльнісного підходу, в якому суб'єкт є центром і активно перетворює своє життя, враховуючи зовнішні та внутрішні умови, А. О. Бехтер визначає рефлексивність як суб'єктний ресурс, що опосередковує всі етапи подолання [1, с. 57].

Основні функції рефлексивності щодо копінг поведінки полягають в забезпеченні усвідомленості, цілісності та безперервності протікання процесу подолання, а також у регуляції його етапів, здійснення процесу варіативності і мобільності стратегій подолання. Так як в основному рефлексивність здійснюється у процесах самопізнання і саморозуміння, можна говорити про усвідомленість як функцію рефлексивності у копінг поведінці.

Практичний досвід психологічної служби освітніх установ МВС показує, що курсанти відомчих вузів потребують психологічного супроводу, що направлений на розвиток у них копінг поведінки. В процесі навчання курсанти переживають ряд кризових ситуацій, пов'язаних як з інтенсивним фізичним і особистісним розвитком що супутній юнацькому віку, так і з підвищеною напруженістю навчальної та службової діяльності, необхідністю

відповідати високим вимогам, що пред'являються до працівника поліції. Неконструктивне подолання кризових ситуацій відбивається не тільки на особистісному розвитку курсантів, а й на успішності їх адаптації до вимог системи органів внутрішніх справ, а також на професійному та моральному становленні майбутніх офіцерів поліції.

Наукові дослідження показують, що для подолання ситуацій різного ступеня складності людина використовує власні копінг-стратегії, спираючись при цьому на копінг-ресурси. Успішність подолання кризових ситуацій багато в чому визначається застосуванням адаптивних копінг-стратегій, які, в свою чергу, пов'язані з копінг-ресурсами особистості.

Мета статті. Вивчити специфіку когнітивно-поведінкових копінг-стратегій та їх взаємозв'язку з складовими симптомокомплексу рефлексивності курсантів - майбутніх правоохоронців у контексті програми психологічного супроводу

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 78 курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ, вік досліджуваних від 18 до 20 років. Досліджувані склали дві групи, відповідно до навчання у контексті програми психологічного супроводу.

1 група – курсанти у кількості 37 осіб – це досліджувані які були включені в програму психологічного супроводу;

2 група – курсанти у кількості 41 людини – це досліджувані які навчалися в звичайних умовах.

Виходячи з завдання даної роботи нами було визначено специфіку когнітивно-поведінкових стратегій подолання курсантів ХНУВС які залучені в програмі психологічного супроводу. Показники когнітивно-поведінкових стратегій подолання курсантів які залучені в програмі психологічного супроводу надано у таблиці 1 (Див. Табл. 1 на наступній сторінці).

Показник «Когнітивна репетиція» в першій групі склав $13,00 \pm 0,54$, в другій групі цей показник дорівнював $9,75 \pm 0,56$, були отримані достовірні відмінності між групами, при $p \leq 0,01$, у бік зниження показника за цією шкалою у групі курсантів, що навчалися в звичайних умовах. Таким чином, досліджувані курсанти які навчалися в звичайних умовах менш схильні при прийнятті рішення про можливість позитивної зміни складної ситуації формувати її як проблему, визначати кінцеву і проміжні цілі, намічати план рішення, визначати способи досягнення мети. Для них менш характерним є програвати в голові свої дії та їх можливі наслідки, що знижує здатність практично вирішити важку ситуацію за наміченим планом, навіть у вербальних формах

реагування

Показник за шкалою «Занижене порівняння» в першій групі склав $10,40 \pm 0,82$, в другій групі цей показник - $8,10 \pm 0,62$, визна-

ще більш незavidному становищі.

Показник за шкалою «Підвищене порівняння» в першій групі склав $12,40 \pm 0,93$, в другій групі - $10,03 \pm 0,51$, отримані достовірні

Таблиця 1

Показники когнітивно-поведінкових стратегій подолання курсантів які залучені в програмі психологічного супроводу ($M \pm m$)

Шкали	Група 1 (психологічний супровід)	Група 2 (звичайне навчання)	t	p
Когнітивна репетиція	$13,00 \pm 0,54$	$9,75 \pm 0,56$	4,01	0,01
Корекція сподівань та надій	$11,20 \pm 0,86$	$10,82 \pm 0,65$	0,35	-
Занижене порівняння	$10,40 \pm 0,82$	$8,10 \pm 0,62$	2,24	0,05
Підвищене порівняння	$12,40 \pm 0,93$	$10,03 \pm 0,51$	2,36	0,05
Антиципаційне подолання	$12,00 \pm 0,59$	$9,17 \pm 0,52$	3,53	0,01
Перевершуюча печаль	$9,40 \pm 1,05$	$10,35 \pm 0,56$	0,86	-
Позитивне тлумачення	$11,20 \pm 0,39$	$8,50 \pm 0,45$	4,23	0,01
Додання ситуації нетривіального сенсу	$4,40 \pm 0,74$	$5,53 \pm 0,59$	1,20	
Зміни особистісних властивостей	$10,80 \pm 0,48$	$8,35 \pm 0,48$	3,47	0,01
Ідентифікація зі щасливчиками	$8,20 \pm 0,75$	$8,53 \pm 0,54$	0,36	-
Фокусування на емоціях	$11,00 \pm 0,41$	$9,71 \pm 0,46$	1,97	-
Втеча з важкої ситуації	$6,80 \pm 0,39$	$6,78 \pm 0,50$	0,02	-
Стратегія заперечення	$8,00 \pm 0,83$	$8,78 \pm 0,53$	0,83	-
Конструктивні преобразуючі стратегії копію	$11,34 \pm 0,51$	$11,92 \pm 2,18$	0,22	-
Конструктивні пристосувальні стратегії копію	$8,72 \pm 0,42$	$7,74 \pm 0,36$	1,73	-
Неконструктивні стратегії копію	$8,60 \pm 0,51$	$8,43 \pm 0,36$	0,26	-
Коефіцієнт конструктивності	$0,70 \pm 0,01$	$0,67 \pm 0,01$	2,15	0,05

чено вірогідне зниження показника у другій групі при $p \leq 0,05$. Тобто, для курсантів які навчалися в звичайних умовах менш притаманною є стратегія, що орієнтована на відновлення позитивного ставлення до себе, почуття особистого благополуччя. Така стратегія часто використовується людьми, які потрапили в безвихідне становище. Застосовуючи її, людина порівнює себе з людьми, що знаходяться в

відмінності між групами у бік зниження показника у другій групі, при $p \leq 0,05$. Таким чином, курсанти які навчалися в звичайних умовах для відновлення позитивного ставлення до себе і збереження самооцінки менш схильні вдаватися до даної стратегії і згадувати про свої успіхи в інших областях і ситуаціях. Вони також менш схильні згадувати все те добре, що мають в житті, всі ті досягнення, якими

можуть пишатися. Тобто, досліджувані другої групи менш ефективно використовують прийоми, які знецінюють невдачу, і не вимагають негативної перебудови ставлення до себе.

За шкалою «Антиципаційне подолання» в першій групі показник склав $12,00 \pm 0,59$, в другій показник за цією шкалою дорівнював $9,17 \pm 0,52$, зафіксовано статистично значуще зниження показника у другій групі, при $p \leq 0,01$. Це свідчить, що для курсантів які навчалися в звичайних умовах менш характерною є стратегія, яка дозволяє людині психологічно підготуватися до можливих нелегким випробувань і заздалегідь намітити способи запобігання труднощів. У межах цієї стратегії людина починає думати про ті негативні зміни у житті, які можуть статися з нею, і уявляти свою поведінку в них.

Зафіксовані вірогідні відмінності за шкалою «Позитивне тлумачення», за якою показники складали у першій та другій групах $11,20 \pm 0,39$ та $8,50 \pm 0,45$ відповідно $p \leq 0,01$. Тобто, курсанти які навчалися в звичайних умовах в разі невдачі менш схильні вважати, що для них це новий шанс домогтися успіху, і життя тим і цікаве, що постійно пробує їх на міцність, пропонуючи нові випробування.

За шкалою «Зміни особистісних властивостей» показник в першій групі склав $10,80 \pm 0,48$, в другій групі цей показник дорівнював $8,35 \pm 0,48$. Було визначено вірогідне зниження показника за цією шкалою у курсантів які навчалися в звичайних умовах, при

$p \leq 0,01$. Отримані відмінності свідчать про те, що ця група досліджуваних курсантів рідше використовує стратегію, що спрямована на зміну власних характеристик особистості. У важкій ситуації, щоб не знизити самооцінку і не відносити невдачу до самого себе, людина, яка використовує цю стратегію часто приймає на себе певну роль і поводить відповідно з цією роллю.

Показник «Коефіцієнт конструктивності» в першій групі склав $0,70 \pm 0,01$, в другій групі цей показник дорівнював $0,67 \pm 0,01$, були отримані достовірні відмінності між групами у бік зниження показника у другій групі, при $p \leq 0,05$. Це свідчить про те, що курсанти які навчалися в звичайних умовах в цілому менш схильні до зміни власних характеристик і ставлення до ситуації.

Курсанти які навчалися в звичайних умовах менш схильні при прийнятті рішення про можливість позитивної зміни складної ситуації формувати її як проблему, визначати кінцеву і проміжні цілі, намічати план рішення, визначати способи досягнення мети. Для них менш характерним є програвати в голові свої дії та їх можливі наслідки, що знижує здатність практично вирішити важку ситуацію за наміченим планом, навіть у вербальних формах реагування. Також для них менш притаманною є стратегія, що орієнтована на відновлення позитивного ставлення до себе, почуття особистого благополуччя.

Курсанти які навчалися в звичайних

умовах для відновлення позитивного ставлення до себе і збереження самооцінки менш схильні згадувати про свої успіхи в інших областях і ситуаціях. Вони також менш схильні згадувати все те добре, що мають в житті, всі ті досягнення, якими можуть пишатися.

Для курсантів які навчалися в звичайних умовах менш характерною є стратегія, яка дозволяє людині психологічно підготуватися до можливих нелегких випробувань і заздалегідь намітити способи запобігання труднощів. У межах цієї стратегії людина починає

думати про ті негативні зміни у житті, які можуть статися з ним, і представляти свою поведінку в них.

Курсанти які навчалися в звичайних умовах в цілому менш схильні до зміни власних характеристик і ставлення до ситуації.

Взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання з парціальними характеристиками рефлексивності курсантів які навчалися в звичайних умовах надано у таблиці 2 (Див. Табл. 2).

У курсантів які навчалися в звичайних

Таблиця 2

Взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання з парціальними характеристиками рефлексивності курсантів які навчалися в звичайних умовах (r)

Шкали	PP	PT	PM	PCп
Когнітивна репетиція	-0,16	0,05	0,30	0,11
Корекція сподівань та надій	0,29	0,57**	0,27	0,53**
Занижене порівняння	0,16	0,06	-0,06	0,40*
Підвищене порівняння	0,25	0,43**	0,23	0,36
Антиципаційне подолання	0,47*	0,40*	0,90*	0,58**
Передбачувана печаль	0,23	0,17	0,09	-0,03
Позитивне тлумачення	0,27	0,25	-0,05	0,11
Додання ситуації нетривіального сенсу	-0,04	0,07	-0,26	0,22
Зміни особистісних властивостей	0,22	0,17	-0,01	0,27
Ідентифікація зі щасливчиками	0,12	0,26	0,05	0,22
Фокусування на емоціях	0,28	0,21	0,05	0,29
Втеча з важкої ситуації	0,06	0,13	0,06	0,42*
Стратегія заперечення	0,01	0,16	0,24	0,57**
Конструктивні преобразуючі стратегії копію	0,14	0,37	0,16	0,40*
Конструктивні пристосувальні стратегії копію	0,18	0,24	-0,11	0,29
Неконструктивні стратегії копію	0,17	0,25	0,25	0,58**
Коефіцієнт конструктивності	0,13	0,14	0,06	-0,14

Примітка 1: PP – ретроспективна рефлексія; PT – рефлексія теперішнього; PM – рефлексія майбутнього; PCп – рефлексія спілкування

2. * - значущість зв'язків 0,05; ** - значущість зв'язків 0,01

умовах існує позитивний значущий кореляційний зв'язок між всіма парціальними характеристиками рефлексивності та шкалою «Антиципаційне подолання» (зі шкалою «Ретроспективна рефлексія» ($r=0,47$), «Рефлексія теперішнього» ($r=0,40$), «Рефлексія майбутнього» ($r=0,90$), «Рефлексія спілкування» ($r=0,58$).

Також в цій групі визначено позитивний значущий кореляційний зв'язок між шкалою «Рефлексія теперішнього» та когнітивно-поведінковими копінг-стратегіями «Корекція сподівань та надій» $r=0,57$ та «Підвищене порівняння», $r=0,43$.

З підвищенням схильності до безпосереднього самоконтролю поведінки в актуальній ситуації, осмислення її елементів, аналізу того, що відбувається, здатності до співвіднесення своїх дій з ситуацією і їх координації в відповідно до мінливих умов і власним станом, до обмірковування своєї поточної діяльності; до аналізу вже виконаної в минулому діяльності та доконаних подій, передумов, мотивів і причин подій, змісту минулої поведінки, результатів та допущених помилок; до аналізу майбутньої діяльності, поведінки, планування та прогнозування у курсантів, що навчалися в звичайних умовах, а також, до аналізу мислення інших людей, їх дій, своєї взаємодії з ними та взаємодії інших осіб між собою, підвищується здатність до використання конструктивної перетворюючої стратегії. Ця стратегія дозволяє людині психологічно під-

готуватися до можливих нелегких випробувань і заздалегідь намітити способи запобігання труднощів, у межах якої людина починає думати про ті негативні зміни у житті, які можуть статися з нею, і представляти свою поведінку в них.

З підвищенням схильності до безпосереднього самоконтролю поведінки в актуальній ситуації, осмислення її елементів у курсантів, що навчалися в звичайних умовах підвищується ефективність таких конструктивних перетворюючих стратегій подолання як:

- здатність людини у ситуації тривалих, але невдалих спроб перетворити травматичну ситуацію створити нову систему психологічної регуляції, відмовитися тимчасово від поставленої мети, знизити планку своїх намірів, ставити перед собою менш складні завдання і прикладати зусилля для їх досягнення;

- здатності до відновлення позитивного ставлення до себе і збереження самооцінки у важких ситуаціях за рахунок пригадування позитивних життєвих моментів та своїх успіхів в інших областях і ситуаціях.

У курсантів які навчалися в звичайних умовах визначено позитивний значущий кореляційний зв'язок між шкалою «Рефлексія спілкування» та такими когнітивно-поведінковими копінг-стратегіями «Корекція сподівань та надій» $r=0,53$, «Знижене порівняння» $r=0,40$, «Втеча з важкої ситуації» $r=0,42$, «Стратегія заперечення» $r=0,57$, «Конструктивні перетворюючі стратегії копі-

нгу» $r = 0,40$, та «Неконструктивні стратегії копію» $r = 0,58$.

У курсантів які навчалися в звичайних умовах з підвищенням здатності до аналізу мислення інших людей, їх дій, своєї взаємодії з ними та взаємодії з іншими підвищується ефективність конструктивних перетворюючих

стратегій та неконструктивні стратегії.

Взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання з парціальними характеристиками рефлексивності курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу надано у таблиці 3 (Див. Табл. 3).

Таблиця 3

Взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання з парціальними характеристиками рефлексивності курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу (r)

Шкали	РР	РТ	РМ	РСп
Когнітивна репетиція	-0,16	-0,26	0,37	-0,29
Корекція сподівань та надій	-0,62**	-0,53**	0,95**	-0,86**
Занижене порівняння	0,46*	0,46*	-0,36	0,45*
Підвищене порівняння	0,55*	-0,29	0,13	0,23
Антиципаційне подолання	-0,29	-0,40*	0,24	-0,29
Передбачувана печаль	-0,29	-0,92**	0,76**	-0,57**
Позитивне тлумачення	0,10	0,31	-0,10	0,11
Додання ситуації нетривіального сенсу	0,15	-0,05	0,36	-0,11
Зміни особистісних властивостей	0,15	0,98**	-0,67**	0,45*
Ідентифікація зі щасливчиками	-0,54**	-0,36	0,87**	-0,78**
Фокусування на емоціях	-0,26	0,26	0,26	-0,29
Втеча з важкої ситуації	-0,21	-0,21	0,62**	-0,45*
Стратегія заперечення	0,15	-0,05	0,36	-0,11
Конструктивні преобразуючі стратегії копію	0,05	-0,36	0,46*	-0,22
Конструктивні пристосувальні стратегії копію	-0,36	0,05	0,46*	-0,45*
Неконструктивні стратегії копію	0,15	-0,05	0,36	-0,11
Коефіцієнт конструктивності	0,00	0,00	0,00	0,00

Примітка 1: 1 РР –ретроспективна рефлексія; РТ – рефлексія теперішнього; РМ – рефлексія майбутнього; РСп – рефлексія спілкування

2. * - значущість зв'язків 0,05; ** - значущість зв'язків 0,01

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу визначено значущий позитивний зв'язок між «Корекція сподівань та надій» та «Рефлексія майбутнього» $r=0,95$, а також негативні значущі зв'язки між шкалою «Корекція сподівань та надій» та шкалами «Рефлексія теперішнього» $r=-0,53$ і «Ретроспективна рефлексія» $r=-0,62$.

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу визначено значущі позитивні зв'язки між шкалою «Занижене порівняння» та шкалами «Ретроспективна рефлексія» $r=0,46$, та «Рефлексія теперішнього», $r=0,46$ а також шкалою «Підвищене порівняння» та шкалою «Ретроспективна рефлексія» $r=0,55$.

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу виявлені негативні кореляційні зв'язки між шкалою «Рефлексія сьогодення» та шкалами «Антиципаційне подолання» $r=-0,40$, та «Передбачувана печаль» $r=-0,92$, яка у свою чергу, демонструє позитивний кореляційний зв'язок з «рефлексією майбутнього» $r=0,76$.

За шкалою «Зміни особистісних властивостей» визначено позитивний значущий взаємозв'язок з «Рефлексією теперішнього» $r=0,98$ та значущий негативний взаємозв'язок з «Рефлексією майбутнього» $r=-0,67$.

Когнітивно-поведінкова копінг-стратегія «Ідентифікація зі щасливчиками» у першій групі позитивно пов'язана на значу-

щому рівні з «Рефлексією майбутнього» $r=0,87$ і негативно, також на значущому рівні з «Ретроспективною рефлексією» $r=-0,54$.

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу виявлено позитивний значущий кореляційний зв'язок між шкалою «Втеча з важкої ситуації» та «Рефлексією майбутнього» $r=0,62$ яка, у свою чергу, є позитивно зв'язаною на значущому рівні зі шкалою «Конструктивні пристосувальні стратегії копіngu» $r=0,46$.

Також визначено значущі позитивні кореляційні зв'язки між шкалою «Рефлексія спілкування» та такими когнітивно-поведінковими копіngами як «Занижене порівняння» $r=0,45$, «Зміни особистісних властивостей» $r=0,45$; а також значущі негативні кореляційні зв'язки між цією парціальною характеристикою рефлексії та такими стратегіями копіng поведінки як: «Корекція сподівань та надій» $r=-0,86$, «Передбачувана печаль» $r=-0,57$, «Ідентифікація зі щасливчиками» $r=-0,78$, «Втеча з важкої ситуації» $r=-0,45$ та «Конструктивні пристосувальні стратегії копіngu» $r=-0,45$.

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу з підвищенням аналізу вже виконаної в минулому діяльності підвищується ефективність конструктивних перетворюючих стратегій.

Крім того в них з підвищенням схильності до аналізу вже виконаної в минулому діяльності знижується ефективність конструк-

тивних пристосувальних стратегій.

Висновки. У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу з підвищенням схильності до безпосереднього самоконтролю поведінки в актуальній ситуації, осмислення її елементів, аналізу того, що відбувається підвищується ефективність конструктивних перетворюючих стратегій подолання та конструктивних пристосувальних стратегій.

У курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу з підвищенням схильності до безпосереднього самоконтролю поведінки в актуальній ситуації, осмислення її елементів, аналізу того, що відбувається знижується ефективність конструктивних перетворюючих стратегій. Крім того, у них з підвищенням схильності до аналізу майбутньої діяльності, поведінки, планування та прогнозування знижується ефективність такої конструктивної пристосувальної стратегії, яка втілюється у спрямованості на зміну власних характеристик особистості у важкій ситуації, щоб не знизити самооцінку і не відносити невдачу до самого себе; приймати на себе певну роль і поводитися відповідно з цією роллю.

З підвищенням схильності до рефлексії майбутнього у курсантів які навчалися в рамках програми психологічного супроводу підвищуються показники за такими інтегральними шкалами як «Конструктивні преобразуючі стратегії копінгу» і «Конструктивні пристосувальні стратегії копінгу».

Перелік використаних джерел:

1. Бехтер А. А. Рефлексивность как субъективный ресурс совладающего поведения специалиста: дисс. на соиск. науч. степени канд. психол. наук: 19.00.13 / Бехтер Анна Александровна [Место защиты: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации»].- Москва, 2014.- 189 с.
2. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2004. – 701 с
3. Крюкова Т. Л. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними / Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтык. Изд-во «Авантитул». – Кострома, 2004. – 365 с.
4. Нартова-Бочавер С. К. «Coping-behavior» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997.– Т. 18. – №5. – С. 20–30
5. Отич Д. Д. Динаміка копінг-стратегій майбутніх психологів / Д. Д. Отич // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Психологічні науки. – 2013. – №. 114. – С. 145-150.
6. Сергиенко Е. А. Субъектная регуляция и совладающее поведение / Е. А. Сергиенко // Психология совладающего поведения: Материалы междунар. науч.-практ. конференции / Отв. ред. Е. А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. Кострома, 2007. – С. 64-66
7. Фролова С. В. Стресс-совладающее поведение подростков в различных социально- психологических ситуациях / С. В. Фролова, Т. В. Сенина // Проблемы социальной психологии личности. – 2005. – № 2. – С. 72–82.

References (Transliteration):

1. Bekhter A. A. Refleksivnost' kak sub"ektnyj resurs

sovladayushchego povedeniya specialista: diss. na soisk. nauch. stepeni kand. psihol. nauk: 19.00.13 / Bekhter Anna Aleksandrovna [Mesto zashchity: Federal'noe gosudarstvennoe byudzhethoe obrazovatel'noe uchrezhdenie vysshego professional'nogo obrazovaniya «Rossijskaya akademiya narodnogo hozyajstva i gosudarstvennoj sluzhby pri Prezidente Rossijskoj Federacii»].- Moskva, 2014.- 189 s.

2. Il'in E. P. Psihologiya individual'nyh razlichij / E. P. Il'in. – SPb. : Piter, 2004. – 701 s

3. Kryukova T. L. Psihologiya sem'i: zhiznennye trudnosti i sovladenie s nimi / T. L. Kryukova, M. V. Saporovskaya, E. V. Kuftyak. Izd-vo «Avantitil». – Kostroma, 2004. – 365 s.

4. Nartova-Bochaver S. K. «Coping-behavior» v sisteme ponyatij psihologii lichnosti / S. K. Nartova-Bochaver // Psihologicheskij zhurnal. – 1997.– T. 18. – №5. – S. 20–30

5. Otych D. D. Dynamika koping-strategij majbutnih psihologiv / D. D. Otych // Visnyk Chernigiv'skogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu. Ser. : Psihologichni nauky. – 2013. – №. 114. – S. 145-150.

6. Sergienko E. A. Sub'ektnaya regulyaciya i sovladayushchee povedenie / E. A. Sergienko // Psihologiya sovladayushchego povedeniya: Materialy mezhdunar. nauch.-prakt. konferencii / Otv. red. E. A. Sergienko, T.L. Kryukova. Kostroma, 2007. – S. 64-66

7. Frolova S. V. Ctress-sovladayushchee povedenie podrostkov v razlichnyh social'no- psihologicheskikh situacijah / S. V. Frolova, T. V. Senina // Problemy social'noj psihologii lichnosti. – 2005. – № 2. – S. 72–82.

Klymenko I. V.

Ph.D. in Psychology, Acting Head of the Department of personnel office of the National Police of Ukraine, Kyiv (Ukraine)

SPECIFICS OF COGNITIVE-BEHAVIORAL COPING-STRATEGIES AND THEIR CORRELATION WITH COMPONENTS OF REFLEXIVE SYSTEM OF STUDENTS STUDYING UNDER THE PSYCHOLOGICAL SUPERVISION

ABSTRACT

The peculiarities of the cognitive behavioral coping strategies and their interrelation with the components of the reflexivity (reflection ability) showed on the examples of the students which are provided with psychological support while studying in High school.

The article analyzes the peculiarities of the cognitive behavioral coping strategies of the students that study in Kharkiv National University of Internal Affairs. There was investigated the interrelation of the components of the reflexivity (reflection ability) of the students which were given the specific psychological treatment while they were studying. The main purpose of such psychological support in High school is full realization of the individual professional potential of the student, forming the stability in spite of the conditions of the professional environment.

The Coping behavior is conscious, purposeful behavior of a person to overcome the problem situation. For this he/she fully analyses and manages the available resources to overcome the situation. The coping strategies – are the set actions that allow people to solve difficult life situations with a help of the actualization of their personal resources when they take into consideration the conditions and environment in which this situation is happening.

The reflexivity - a personal ability to focus all activities on him/her self, his/her own characters. Basically the reflection ability is shown up

in the process of self-knowledge and self-understanding, so we can talk about the consciousness as a function of the reflection ability in negotiating behavior.

After the deep analysis of the coping strategies and the reflexivity of students in conditions of psychological support we can make such conclusions: The students whom were provided with specific psychological treatment have almost all cognitive and behavioral coping strategies than the students who studied in normal conditions.

There were found significant interrelation between the indicators of coping strategies and the reflexivity in the groups of students.

Keywords: Reflexivity, coping behavior, coping strategies, students, retrospective reflection, reflection of present, future reflection, reflection of communication, psychological support, psychological treatment.

Клименко И. В.

Кандидат психологических наук, временно исполняющий обязанности начальника Департамента кадрового обеспечения Национальной полиции Украины, г. Киев (Украина)

СПЕЦИФИКА КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИХ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ С СОСТАВЛЯЮЩИМИ СИСТЕМО-КОМПЛЕКСА РЕФЛЕКСИВНОСТИ КУРСАНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

Аннотация. Специфика когнитивно-поведенческих копинг-стратегий и их взаимосвязи с составляющими симптомокомплекс рефлексивности курсантов обучающихся в условиях психологического сопровождения.

В статье анализируется специфика когнитивно-поведенческих копинг-стратегий курсантов Харьковского национального университета внутренних дел. Исследованы взаимосвязи копинг-стратегий с составляющими рефлексивности курсантов обучающихся в условиях психологического сопровождения. Цель психологического сопровождения курсантов в условиях обучения - полноценная реализация профессионального потенциала личности курсанта и формирования устойчивости к неблагоприятным воздействиям профессиональной среды. В результате исследования были определены различия в группах испытуемых курсантов в зависимости от того проходят они обучение в условиях психологического сопровождения или нет.

Ключевые слова: рефлексивность, копинг-поведение, копинг-стратегии, курсанты, ретроспективная рефлексия, рефлексия настоящего, рефлексия будущего, рефлексия общения, психологическое сопровождение.